Free Most Read • • Most Local Gratis



Latino

APOYE COMPRANDO EN NEGOCIOS HISPANOS



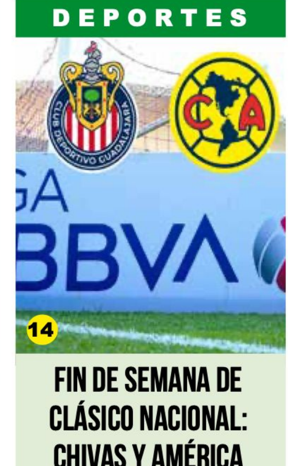
Detroit, Michigan USA • Publicación 10 • MARZO 07, 2025 • www.latinodetroit.com

JÓVENES PROTESTAN POR EL ACOSO A INMIGRANTES



COMUNIDAD

DEPORTES



FIN DE SEMANA DE CLÁSICO NACIONAL: CHIVAS Y AMÉRICA SE ENFRENTAN

IMPUESTOS



GUÍA FISCAL PARA 2025

EDITORIAL



LOS REPUBLICANOS QUIEREN UNA OLIGARQUÍA CORPORATIVA. NECESITAMOS UNA DEMOCRACIA ECONÓMICA

PLATILLOS



CAPIROTADA: RECETA PARA LA CUARESMA

INMIGRACIÓN



¿POR QUÉ EL ICE REALIZA DETENCIONES EN EE. UU.?

SALUD DENTAL



CÓMO MANTENER LA HIGIENE DENTAL A LO LARGO DE LOS AÑOS

MASCOTAS



MÁS MASCOTAS DE REFUGIO ADOPTADAS EN 2024, PERO LA LUCHA NO HA TERMINADO

CAPIROTADA



La Capirotada, es una mezcla de sabores dulces y salados, este platillo se prepara principalmente durante las festividades religiosas, como la cuaresma, pero su exquisito sabor lo convierte en una opción ideal para cualquier ocasión especial. Hecha con pan, frutas, nueces, especias y queso, la capirotada es un claro reflejo de la rica herencia cultural. Cada bocado te transporta a las tradiciones de México, donde los sabores se combinan para crear una experiencia única de dulzura y calidez.

INGREDIENTES:

- 6 panes bolillos (o pan de caja)
- 1 taza de pasas
- 1 taza de nueces (o almendras, al gusto)
- 1 taza de cacahuates
- 1 taza de ciruelas pasas
- 1 plátano macho (opcional)
- 1 manzana (opcional)
- 1 taza de queso panela o rallado
- 2 barras de mantequilla derretida
- 4 piloncillos o panelas
- 2 tazas de agua
- 1 raja de canela
- 2 clavos de olor
- 1 cucharadita de esencia de vainilla (opcional)

PREPARACIÓN:

- Corta los panes en rebanadas gruesas (de aproximadamente 2 cm de grosor).
- Tuesta ligeramente las rebanadas en un sartén o en el horno para que estén más crujientes.

HACER EL ALMÍBAR:

- En una cacerola, añade el agua, el piloncillo o panelas, la canela, los clavos de olor. Cocina a fuego medio, removiendo ocasionalmente hasta que el piloncillo o panelas se disuelva bien.
- Una vez que hierva, reduce el fuego y deja cocinar durante 5-10 minutos. Puedes añadir la esencia de vainilla en este punto si decides usarla.
- Ya que este un poco fria, cuelas la miel, para separar los especias que se utilizaron.

AGREGAR LAS FRUTAS Y NUECES:

- Corta la manzana en trozos pequeños y agrégales las pasas, nueces, cacahuates, ciruelas pasas y las almendras.
- Cortar el platanos en rodajas y freirlo en un poco de mantequilla, esto evitarla que se bata con el resto de la fruta

MONTAR LA CAPIROTADA:

- En una fuente para hornear, coloca una capa de las rebanadas de pan.
- Vierte un poco de mantequilla derretida sobre el pan, asegurándote de que se empape bien.
- Coloca una capa de la mezcla de frutas sobre el pan.
- Espolvorea un poco de queso fresco o panela.
- Vierte un poco de miel de piloncillo

REPETIR EL PROCESO:

Sigue alternando capas de pan, mantquilla, frutas y queso hasta que se acaben los ingredientes. La última capa debe ser de almíbar y queso.

HORNEAR:

- Precalienta el horno a 180°C (350°F).
- Coloca la fuente en el horno y hornea durante unos 20-25 minutos, o hasta que la capirotada esté dorada en la parte superior y el queso se haya derretido.

SERVIR:

- Una vez lista, saca la capirotada del horno y deja reposar unos minutos.
- Si lo deseas, puedes rociar un poco de miel de piloncillo por encima para darle un toque extra de dulzura.

La capirotada es mucho más que un postre; es un símbolo de la hospitalidad y el cariño que caracteriza a las familias mexicanas. Con sus capas de pan empapadas en un almíbar aromático, las frutas frescas y el toque especial de queso, este platillo se convierte en una deliciosa manera de compartir momentos de alegría y tradición. Ya sea en la mesa de una festividad o como un antojo en cualquier época del año, la capirotada siempre será un manjar que honra el legado culinario de nuestro hermoso México.

¡Buen provecho!

JÓVENES PROTESTAN

Se llevó a cabo una marcha en SW Detroit de los estudiantes de todas las escuelas que tienen High School, como César Chávez, Cristo Rey, Hope of Detroit, Cass Tech y Western. Esta marcha fue en protesta por el acoso de ICE, representan a los que no pueden protestar por temor, la marcha se dirigió desde Clark Park hacia Michigan Ave. Valientes estudiantes defienden a los vulnerables inmigrantes. En la historia de todas las protestas en el mundo, los estudiantes han empezado a despertar a los mayores a que tengan el valor de protestar. Nuestros jóvenes son el futuro.

Photos®Latino Press









Protestas estudiantiles que han sacudido al mundo

Los Jóvenes siempre han sido semilla del cambio a través de manifestaciones masivas, campamentos y demostraciones de descontento contra circunstancias adversas; desde guerras hasta la destrucción del medio ambiente.

Hoy los jóvenes alzan la voz por la medidas antiinmigrantes de Trump, siempre en los grandes cambios los jovenes han sido los que han iniciado los cambios.

Aquí dejamos una lista de las protestas de jóvenes más significativas en el mundo

PARÍS 1229

La primera protesta estudiantil de la historia fue la huelga de 1229 en la Universidad de París. En aquel entonces, a la universidad solo asistía la élite de Europa y se desató un motín después de que los estudiantes fueran expulsados de una taberna por emborracharse demasiado el martes de carnaval.

En el motín que siguió, los estudiantes destruyeron varias tiendas y golpearon al dueño de la taberna. En respuesta, el rey Luis IX permitió que los guardias de la ciudad castigaran y mataran a varios estudiantes no relacionados. Como resultado de la violencia, la universidad se declaró en huelga durante dos años.

ALEMANIA 1930

Poco después del nombramiento de Hitler como canciller alemán en enero de 1933, el partido promulgó una campaña de boicot contra los empleados y productos judíos.

A ello respondió un contramovimiento antinazi contra el boicot, tanto en Alemania como en el extranjero. Hubieron violentos enfrentamientos que tuvieron lugar después de que simpatizantes de los nazis llegaran a una manifestación estudiantil contra el nuevo gobierno.

MÉXICO 68

En 1968, el autoritarismo y represión ejercidos por el gobierno desencadenaron una serie de marchas organizadas por estudiantes de universidades como la UNAM y el Politécnico, en las que se exigía, entre otras cosas, el respeto al reclamo y movilización social, la disolución del cuerpo de granaderos y el respeto a los derechos. Aunque estaba integrado en su mayoría por jóvenes, a la causa se habían sumado también otros sectores de la población que antes ya se habían organizado para sus propias demandas, por lo que el movimiento adquirió gran fuerza y relevancia social.

Aquel 2 de octubre, se congregaron en la Plaza de las Tres Culturas de Tlatelolco, en la Ciudad de México, miles de personas que simpatizaban con el movimiento estudiantil. Sin embargo, hacia la tarde comenzó la violenta represión por parte del Estado, la cual continuó durante la noche y terminó con la vida de muchas de los jovenes que se encontraban en el mitin. Algunas de estas víctimas han podido ser identificadas, sin embargo, el veto informativo frente a este hecho ha imposibilitado un conteo real de los fallecidos, así como su identificación.

SOWETO JOHANNESBURGO (SUDÁFRICA)

En la mañana del 16 de junio de 1976, aproximadamente 20.000 estudiantes negros de varias escuelas de Soweto, Sudáfrica, se reunieron para una manifestación pacífica.

Los estudiantes protestaban contra el plan del gobierno del apartheid de implementar lecciones escolares en afrikáans (una lengua germánica occidental que se remonta a las colonias holandesas en Sudáfrica en el siglo XVII), pero también indicaban problemas socioeconómicos más profundos bajo el régimen exclusivamente blanco del país.

REVOLUCIÓN DE TERCIOPELO

El 17 de noviembre de 1989, miles de estudiantes participaron en lo que se considera la manifestación antigubernamental más grande en lo que entonces era Checoslovaquia, que condujo al derrocamiento no violento de un sistema autoritario y puso fin a más de 40 años de gobierno comunista en lo que se conoce como como la Revolución de Terciopelo.

Los manifestantes eligieron la fecha porque era el Día Internacional de los Estudiantes, que conmemora las universidades de Praga que fueron asaltadas por los nazis en 1939, matando a nueve estudiantes. Más de 1.000 personas más fueron enviadas a campos de concentración.

INCIDENTE DEL 4 DE JUNIO, TIANANMEN

Las protestas y masacre de la plaza de Tiananmén de 1989, denominadas por el gobierno de China como incidente del 4 de junio (en chino:), consistieron en una serie de manifestaciones lideradas por estudiantes chinos, que ocurrieron entre el 15 de abril y el 4 de junio de 1989, además de su posterior represión, ordenada por las autoridades de la República Popular China. La protesta recibe el nombre del lugar en que el ejército chino disolvió la movilización: la simbólica plaza de Tiananmén, centro histórico y cultural de la capital china.

Los republicanos quieren una oligarquía corporativa. Necesitamos una democracia económica

Las familias estadounidenses están agotadas. Merecen un gobierno que las priorice sobre los donantes multimillonarios. El plan presupuestario republicano aprobado en la Cámara la semana pasada propone $4.5 billones en recortes fiscales para los ultrarricos y las corporaciones. Este beneficio se financiará con enormes recortes a Medicaid, la asistencia alimentaria y otros programas federales que apoyan a nuestras familias y a la clase trabajadora. Estas son las mismas personas a las que Elon Musk se refiere como la "clase parásita".



Por: **Rashida Tlaib y Michael A. McCarthy**

La agenda del presidente multimillonario y del hombre más rico del mundo es clara: hacer que los ricos sean aún más ricos mientras las familias trabajadoras luchan por salir adelante.

Nuestra democracia está dominada por los ultrarricos porque nuestro sistema económico concentra la propiedad y el poder de inversión en sus manos. La desigualdad extrema suele abordarse de dos maneras: mediante la redistribución de la riqueza, a través de impuestos y programas sociales, o con cambios en las leyes y políticas que aumenten los ingresos de los trabajadores, como el aumento del salario mínimo. Aunque estas estrategias son necesarias, en ambos casos las instituciones económicas centrales —las corporaciones multinacionales, los bancos, los fondos de pensiones y los fondos de inversión— siguen operando como de costumbre. Sin embargo, es precisamente en estas estructuras donde reside gran parte del poder en Estados Unidos.

Existe una tercera opción: crear una economía democrática que distribuya ampliamente el poder que proviene de la propiedad y la toma de decisiones.

HACIA UNA ECONOMÍA DEMOCRÁTICA

En una economía democrática, la propiedad se extiende más allá de un pequeño grupo de ricos y se traslada a instituciones públicas y privadas impulsadas por los intereses de la gente común. En muchas cooperativas de trabajadores, por ejemplo, los propios empleados son los dueños de la empresa y eligen a su junta directiva bajo el principio de "una persona, un voto". Esto hace que el poder en el lugar de trabajo y la escala salarial sean mucho más equitativos.

Las bases de una economía más democrática ya se están estableciendo en todo el país: fideicomisos de tierras comunitarios, corporaciones de desarrollo comunitario, cooperativas de múltiples partes interesadas, uniones de crédito de desarrollo comunitario, cooperativas de vivienda, proyectos de energía solar comunitaria, redes municipales de banda ancha y el Banco Público de Dakota del Norte, que ha operado con éxito durante más de 100 años. Estas iniciativas muestran vislumbres de una nueva economía dentro de las grietas de un sistema que está fallando.

También hemos visto cómo las crisis políticas pueden abrir oportunidades para la propiedad pública a gran escala. Tras la crisis de 2008, el gobierno de Estados Unidos se convirtió en el mayor accionista de General Motors, Citigroup y American International Group. Aunque esas participaciones se vendieron con el tiempo, la próxima vez, en lugar de rescatar empresas en quiebra, deberíamos convertirlas en propiedad pública democrática a nivel municipal, estatal o nacional. Otras empresas podrían transformarse en cooperativas de trabajadores o en cooperativas de múltiples partes interesadas, gestionadas por trabajadores, consumidores y representantes comunitarios, asegurando que estos mismos grupos se beneficien de sus operaciones. Además, los bancos monopolizados y los grandes gestores de activos podrían convertirse en bancos públicos democráticos a nivel regional y local, enfocados en servir a las comunidades en lugar de a los accionistas.

Más allá de los momentos de crisis —que este gobierno inevitablemente seguirá produciendo—, se pueden establecer o expandir opciones públicas en sectores como la educación, el cuidado infantil, la vivienda, el desarrollo farmacéutico, la atención médica y la gestión de activos. Estas opciones públicas pueden ofrecer bienes y servicios esenciales a precios accesibles, al mismo tiempo que generan competencia en industrias monopolizadas.

FINANZAS DEMOCRÁTICAS PARA EL BIEN COMÚN

Desde Los Ángeles hasta Nueva York, hay docenas de movimientos de base construyendo alternativas públicas para el financiamiento. Los bancos públicos democráticos y los administradores de activos públicos no están dirigidos por juntas corporativas que obedecen a accionistas con fines de lucro que disfrutan de sus fortunas en yates al otro lado del mundo. En su lugar, las finanzas democráticas reúnen a personas de la comunidad, mediante procesos de selección aleatoria, elecciones o nombramientos, para deliberar y tomar decisiones vinculantes sobre la asignación e inversión de los recursos. Sin accionistas ni gastos de marketing, y con frecuencia exentos de impuestos, estos modelos de finanzas democráticas pueden ofrecer préstamos y servicios a costos mucho más bajos para las personas trabajadoras.

Con mandatos democráticos, estas instituciones pueden realizar inversiones en energías renovables, vivienda asequible, generación de riqueza comunitaria y otras áreas que realmente atiendan las necesidades de la población. El Detroit Justice Center, por ejemplo, trabaja en el desarrollo de fideicomisos de tierras comunitarios, organizaciones sin fines de lucro que garantizan el control comunitario del suelo y la asequibilidad permanente de la vivienda. Los bancos públicos democráticos, como los promovidos en la Ley de Banca Pública de 2023, podrían proporcionar una fuente de capital accesible y confiable.

En una democracia, el poder debe estar en manos de los trabajadores, los miembros de la comunidad y representantes democráticamente responsables, no en las de multimillonarios que gobiernan para enriquecerse a sí mismos. El presupuesto republicano es el resultado lógico de un sistema económico que canaliza el poder y la riqueza hacia las élites, mientras deja a las personas trabajadoras a su suerte. Es hora de demostrar a los multimillonarios que podemos construir una alternativa democrática a su oligarquía corporativa.

Los Expertos

Elias M. Gutierrez is Latino Press' founder, owner and publisher.



A minority-based business, headquartered in the heart of Detroit. Mr. Gutierrez runs the largest and most recognized Hispanic Media Company in Michigan during the last 31 years. A visionary businessman who discovered the lack and the need of media in Spanish and decided to fulfill the needs of his community to be connected and well informed. He has transformed the presence, visibility and pride of the Detroit Hispanic community.

Sandra Hernández García
Periodista



Sandra Hernández Periodista mexicana. Realizó sus estudios en México y en Chile. Ha trabajado en distintos medios regionales, y ha colaborado en medios internacionales en temas sociales, políticos y culturales.

Frank Garza Sport Writer



Frank Garza es árbitro de boxeo profesional desde 1983 y ha oficiado luchas del Campeonato Mundial en España, Alemania, Dinamarca, China, Japón, Corea, Tailandia, Colombia, México y Canadá así como en 15 diferentes estados de los Estados Unidos. Garza ha sido un miembro de la Asociación de Comentaristas de Deportes de Detroit desde hace mucho tiempo, y ha cubierto los partidos de los Tigres de Detroit y los Leones junto con otros deportes para Latino Press.

Alan Vanegas Periodista



Alan Vanegas es un periodista mexicano especializado en medios digitales y redacción. Estudió la Licenciatura en Periodismo y Comunicación Social en Hermosillo, Sonora, de donde es originario.



Maribel Hasting
Journalist

A native of Puerto Rico, Maribel Hastings is a graduate of the University of Puerto Rico. Before joining America's Voice, she worked for La Opinión, the largest Spanish-language daily in the U.S. During her career, Ms. Hastings writes for our new web site http://AmericasVoiceonline.org/Espanol, a Spanish-language news and analysis portal on the immigration debate, and is an expert on immigration issues.

Ricardo Seir



Dentista
Parkside Dental

El Dr. Ricardo Seir es un odontólogo hispano con especialidad en odontología restauradora. Cuenta con experiencia de más de 15 años en la práctica privada en Metro Detroit, tanto él como su equipo hablan español y ofrecen el más alto nivel profesional. Puede obtener sus servicios llamando al 734-261-6060.

¿Por qué el ICE realiza detenciones en EE. UU.?

ICE tiene la autoridad para llevar a cabo operativos de control migratorio en todos los estados del país. Las razones por las que puede detener a un inmigrante incluyen:

• Falta de documentación: Si no puedes probar tu estatus migratorio, corres el riesgo de ser detenido y deportado.
• Órdenes de deportación previas: Si ya tienes una orden de deportación no cumplida, ICE te podría considerar una prioridad.
• Antecedentes criminales: Las personas con historial delictivo o violaciones migratorias tienen más probabilidades de ser detenidas.
• Redadas en lugares de trabajo: ICE realiza inspecciones en empresas para verificar el estatus migratorio de los empleados.
• Operativos en espacios públicos: Parques, estaciones de autobuses y aeropuertos son lugares donde pueden realizarse detenciones.
• La importancia de conocer tus derechos

Es crucial que los inmigrantes conozcan sus derechos en caso de ser detenidos por ICE. Entre los derechos más importantes se encuentran:

• El derecho a permanecer en silencio.
• El derecho a solicitar asesoría legal antes de firmar cualquier documento.



ICE

Origen y aumento de las detenciones de ICE

El número de detenciones realizadas por ICE ha aumentado considerablemente en las últimas dos décadas, especialmente después de la creación del Departamento de Seguridad Nacional (DHS) en 2003. La política migratoria de "tolerancia cero" implementada durante la presidencia de Donald Trump (2017-2021) provocó un incremento en las deportaciones y la separación de familias.

Aunque la administración de Joe Biden ha reducido las detenciones (en 2023 fueron alrededor de 142,000, enfocándose más en personas con antecedentes criminales), las promesas del expresidente Trump de realizar más de un millón de deportaciones anuales generan gran preocupación en la comunidad inmigrante.

Organizaciones como la American Civil Liberties Union (ACLU) han criticado las políticas de ICE, argumentando que muchas detenciones se realizan sin una causa clara, lo que afecta negativamente a las familias inmigrantes.

Preparación ante una posible deportación

Si eres inmigrante, es recomendable tener un plan familiar en caso de deportación, que incluya:
• El contacto de un abogado especializado en inmigración.
• La tramitación de la doble nacionalidad para los hijos nacidos en EE. UU.
• Un acuerdo de custodia legal para los menores en caso de ser deportado.

También es importante evitar presentar documentos falsos en caso de ser detenido, ya que hacerlo es un delito grave que puede complicar aún más tu situación legal.

Mantén estos documentos organizados y asegúrate de conocer tus derechos para protegerte en caso de ser detenido por ICE.

Si eres inmigrante en Estados Unidos, es fundamental contar con ciertos documentos que puedan ayudarte a evitar la deportación en caso de que ICE (Inmigración y Control de Aduanas) te detenga. Estos documentos varían según tu estatus migratorio, por lo que es importante tener copias actualizadas y organizadas. A continuación te explicamos los documentos que podrían ser necesarios:

Ciudadanos estadounidenses y naturalizados

Si eres ciudadano estadounidense o has sido naturalizado, asegúrate de llevar los siguientes documentos:
• Pasaporte estadounidense vigente.
• Tarjeta de pasaporte, si la tienes.
• Copias del certificado de naturalización o de otros documentos relacionados.

Residentes permanentes (poseedores de Green Card)

Si eres residente permanente en EE. UU., necesitarás tener:
• Tu tarjeta de residencia (Green Card) vigente.
• Copias de respaldo en caso de que se pierda o te la roben.
• Inmigrantes con visas temporales

Si tienes una visa temporal, como DACA, Visa U, F1, H1B, entre otras, debes portar:
• Documento de autorización de empleo (EAD).
• Formulario I-94 que muestra tu entrada legal al país.
• Pasaporte con el sello de entrada a EE. UU.
• Tarjeta de identificación del Departamento de Seguridad Nacional (DHS).
• Inmigrantes con más de 10 años en EE. UU. y con hijos nacidos en el país

En caso de haber vivido más de 10 años en EE. UU. y tener hijos nacidos allí, asegúrate de tener:
• El documento de aprobación para la residencia a través de la "Cancelación de Remoción".
• Pruebas de tu residencia continua, como contratos de arrendamiento o declaraciones juradas.
• Inmigrantes con más de 2 años en EE. UU.

Si llevas más de 2 años en EE. UU., es útil tener:
• Facturas de servicios públicos (agua, electricidad, teléfono).
• Recibos de alquiler o extractos bancarios que demuestren tu permanencia en el país.
• Correspondencia oficial con tu nombre y dirección.
• Es importante que tengas estos documentos a la mano y en orden para evitar problemas legales si llegas a ser detenido por ICE.

Recursos de salud mental para inmigrantes y refugiados

Muchas personas experimentan problemas de salud mental. En EE.UU. es habitual buscar ayuda para estos problemas. No hay nada de qué avergonzarse. Conozca los diferentes tipos de tratamiento y recursos de salud mental para inmigrantes.

¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?

La salud mental tiene que ver con tus sentimientos, cómo piensas y cómo actúas. Es una parte importante de su salud general. Incluso puede afectar tu salud física. Una buena salud mental le ayudará a afrontar la vida diaria, tomar buenas decisiones y manejar el estrés.

Muchas cosas pueden afectar tu salud mental. Como inmigrante, es posible que enfrentes diferentes desafíos que pueden afectar cómo te sientes. Adaptarse a la vida en los EE. UU. puede resultar abrumador o solitario. Dejar atrás la violencia o estar lejos de la familia y de la comunidad cultural también puede afectar cómo te sientes.

La salud mental es tan importante como la salud física. Recibir tratamiento puede ayudarle a sentirse mejor y mejorar su calidad de vida.

QUIZÁS SEA EL MOMENTO DE BUSCAR AYUDA SI:

Se siente triste o ansioso a menudo

No eres capaz de hacer frente a las tareas diarias.

Experimenta cambios en los patrones de sueño o de alimentación

Hay ayuda disponible para usted. Puede ser difícil para algunas personas hablar de sus sentimientos, especialmente si no es algo que hicieron en su país de origen. Está bien necesitar ayuda y no es algo de lo que avergonzarse.

LOS DOS TIPOS MÁS COMUNES DE TRATAMIENTO DE SALUD MENTAL SON:

La terapia incluye psicoterapia o "terapia de conversación", pero hay muchos tipos diferentes. Puedes hablar con un terapeuta solo o en grupo.

A menudo se prescriben medicamentos en combinación con la terapia. Los medicamentos pueden ayudar a controlar los síntomas de los trastornos de salud mental.

¿QUIÉN PUEDE OFRECER TRATAMIENTO?

En Estados Unidos existen diferentes profesionales capacitados para tratar enfermedades mentales: Los proveedores de atención primaria están autorizados para tratar problemas de salud generales y pueden recetar medicamentos.

Los psiquiatras son médicos médicos autorizados para detectar problemas de salud mental, brindar terapia y recetar medicamentos.


BPT

Los psicólogos son profesionales autorizados para evaluar problemas de salud mental y brindar terapia. Los psicólogos no pueden recetar medicamentos.

Los trabajadores sociales están autorizados para evaluar y tratar problemas de salud mental.

Los consejeros y terapeutas tienen licencia para brindar terapia.

Los especialistas pares son profesionales que han experimentado problemas de salud mental y están capacitados para ofrecer apoyo emocional.

Los profesionales de la salud mental pueden trabajar con grupos específicos, como refugiados o niños. También pueden recibir capacitación en áreas específicas y pueden centrarse en la depresión, la adicción o el trauma. Muchos ofrecen servicios que son culturalmente sensibles y algunos pueden brindar apoyo en idiomas distintos del inglés.

Su estatus migratorio no afecta su capacidad de recibir servicios de salud mental. No está obligado a informar su estatus migratorio a los proveedores de atención médica.

TAMBIÉN PUEDES BUSCAR SERVICIOS Y PROVEEDORES EN LÍNEA:

Directorio 2-1-1: Lista de recursos de salud mental por código postal o ciudad, salud general y salud mental.

Immigrants Rising: Ayuda a jóvenes indocumentados a encontrar apoyo de salud mental.

InReach: Lista de recursos de salud mental y otros recursos para inmigrantes LGBTQ+

Terapia para latinos: Lista de servicios de asesoría para la comunidad latina en EE.UU.

United We Dream: Lista de servicios gratuitos o de bajo costo para inmigrantes indocumentados

Puede llevar algún tiempo conseguir una cita con un proveedor de salud mental. A continuación se presentan algunas formas en las que usted puede encontrar apoyo y cuidarse mientras tanto.

Busque ayuda. Habla con tu familia o amigos o alguien de confianza que pueda escucharte y ofrecerte apoyo.

Practica ejercicios de respiración profunda. Respire lenta y profundamente para ayudar a calmarse. Pruebe el método 4-7-8. Inhale durante 4 segundos, contenga la respiración durante 7 segundos y exhale durante 8 segundos.

Haz una actividad que disfrutes. Haz algo que te haga sentir mejor, como salir a caminar, escribir un diario o escuchar música.

Mantente saludable. Coma comidas equilibradas, manténgase hidratado, evite el alcohol y trate de dormir entre 7 y 9 horas cada noche para mejorar su estado de ánimo y sus niveles de energía.

Llame o envíe un mensaje de texto a una línea directa de crisis. Únase a un grupo de apoyo.

Guía fiscal para 2025

(Family Features) Para algunos, la temporada de impuestos representa la oportunidad de una declaración y un alivio muy necesario para sus cuentas bancarias. Sin embargo, para otros, es hora de escribirle un cheque al Tío Sam. Asegúrese de estar al día sobre todo lo relacionado con los impuestos de 2025 con esta guía de la Oficina de Protección Financiera del Consumidor y del IRS.

PLAZOS DE IMPUESTOS

Si no puede presentar la solicitud antes de la fecha límite tradicional del 15 de abril, tiene algunas opciones. La presentación de una extensión proporciona seis meses adicionales hasta el 15 de octubre, sin embargo, si cree que deberá impuestos, debe estimar cuánto debe y pagar esa cantidad junto con su formulario de extensión.

PRESENTAR SUS IMPUESTOS

La situación fiscal de cada persona es única, pero hay una variedad de opciones cuando llega el momento de presentar la solicitud. Algunas personas (un estimado de 100 millones) son elegibles para presentar sus declaraciones de forma gratuita, como las personas mayores, aquellos que hablan inglés como segundo idioma, aquellos con ingresos de menos de 60.000 dólares, los miembros del servicio y más. Asegúrese de verificar su elegibilidad para servicios como la Asistencia Voluntaria del Impuesto sobre la Renta del IRS, Aarp Foundation Tax-Aide, The Tax Counseling for the Elderly, MyFreeTaxes, GetYourRefund, IRS Free File, MilTax y más.


Family Features

Acceder a su reembolso electrónicamente y elegir el depósito directo es la forma más rápida de recibir su reembolso. El IRS suele emitir reembolsos en un plazo de 21 días, pero la emisión de un cheque en papel puede tardar de 4 a 6 semanas.

Asegúrese de tener su cuenta y números de ruta listos al presentar su declaración. Una solución alternativa es que su reembolso se emita a una tarjeta de prepago que acepte depósito directo, pero puede haber tarifas involucradas.

Consulte con el proveedor de la tarjeta para determinar cualquier tarifa aplicable.

ESTÉ ATENTO A LAS ESTAFAS

El IRS no se pondrá en contacto con usted por correo electrónico, mensaje de texto o redes sociales para solicitar información personal o financiera. Los estafadores pueden hacerse pasar por el IRS para convencerte de que compartas información personal a través del correo, el teléfono, el correo electrónico y más. Encuentre más consejos e información sobre impuestos en irs.gov y visite eLivingtoday.com para obtener asesoramiento financiero adicional.

5 consejos para ayudar a los jóvenes profesionales a preparar una declaración de impuestos

(NewsUSA) - Presentar la declaración de impuestos puede ser estresante e intimidante, pero no tiene por qué serlo. A medida que se acerca la fecha límite para presentar la declaración de impuestos, no permita que la presión lo abrume. Siga estos cinco consejos para una temporada de impuestos sin problemas.

CONOZCA LOS DIFERENTES TIPOS DE IMPUESTOS QUE PODRÍA TENER QUE PAGAR

Impuestos federales: su dinero está sujeto a impuestos a una tasa de entre el 0% y el 37%, según cuánto gane. Su empleador deducirá el dinero de estos impuestos, y los impuestos que se enumeran a continuación, de su salario cada día de pago.

Impuestos estatales: no todos los estados exigen que pague impuestos estatales sobre la renta, pero los que lo hacen suelen cobrar entre el 3% y el 11%.

Impuestos locales: se aplican solo a ciertas ciudades grandes, como la ciudad de Nueva York, y pueden llegar al 10% de su salario bruto.

Seguridad social: su empleador retendrá el 6,2% de su salario para cubrir los impuestos de la Seguridad social.

Medicare: Para este impuesto, se retiene de su cheque el 1,45 % de su salario.

COMPRENDA QUÉ SIGNIFICA RECIBIR UN REEMBOLSO DE IMPUESTOS

Las personas hacen grandes planes para recibir reembolsos de impuestos, pero la mayoría de los estadounidenses no tienen claro por qué reciben un reembolso. Un reembolso indica que pagó de más sus impuestos federales y estatales, lo que básicamente le da al gobierno un préstamo sin intereses. Ajuste su retención de impuestos a través de su nómina para que se deduzca menos dinero de su cheque de pago.


NewsUSA

COMPRENDA LOS DIFERENTES FORMULARIOS DE IMPUESTOS QUE PUEDE RECIBIR

Estos son los diferentes formularios necesarios para presentar sus impuestos:

W-2: proviene de su empleador y resume los salarios, los impuestos y las deducciones a lo largo del año.

1099: se utilizan para informar otros tipos de ingresos que ha recibido, incluidos los intereses bancarios (1099-INT). No todos los contribuyentes reciben estos formularios.

1098: este formulario y sus variantes muestran los pagos que ha realizado que pueden calificarlo para recibir beneficios fiscales. Por ejemplo, un formulario 1098 normal muestra los intereses de la hipoteca pagados, un formulario 1098-T muestra el dinero pagado por la matrícula y los gastos escolares, y un formulario 1098-E muestra los intereses pagados por los préstamos estudiantiles.

COMPRENDA LAS FECHAS DE VENCIMIENTO.

Su declaración de impuestos suele vencer el 15 de abril, aunque la fecha límite de este año se ha extendido hasta el 18 de abril. Si no está listo, puede solicitar una prórroga de seis meses, pero esta es solo una extensión para presentar la declaración. El dinero que debe aún debe pagarse antes de la fecha límite de impuestos normal.

COMPRENDA QUÉ HACER SI DEBE IMPUESTOS Y NO TIENE EL DINERO PARA PAGAR DE INMEDIATO.

No se asuste, pero tampoco ignore el problema. Comuníquese con el IRS para establecer un plan de pago. Tendrá que pagarle al gobierno en algún momento, y hasta que lo haga, el IRS puede agregar intereses costosos y cargos por pagos atrasados a lo que debe. Comience, pague lo que pueda lo antes posible y luego continúe haciendo los pagos.

Así como puede modificar su retención para que su empleador deduzca menos impuestos de su salario, puede aumentar el monto para no deber más en el futuro. Comuníquese con su departamento de Recursos Humanos/Nómina para obtener más información.

Para obtener ayuda para determinar cómo sus impuestos sobre la renta afectan su situación financiera, comuníquese con un profesional CFP® en LetsMakeAPlan.org.

Alef Aeronautics realiza histórica prueba de un automóvil volador en entorno urbano

Alef Aeronautics llevó a cabo de manera exitosa una histórica prueba de vuelo del prototipo Model A, que busca convertirse en el primer automóvil volador comercializado.



Alef Aeronautics Inc

Los carros voladores han sido considerados una visión futurista y una fantasía tecnológica durante décadas, pero este concepto está cada vez más cerca de convertirse en una realidad, luego de que Alef Aeronautics llevó a cabo una histórica prueba de su automóvil volador.

El pasado 19 de febrero, Alef Aeronautics, empresa estadounidense que busca llevar los automóviles al aire, anunció que realizó con éxito una histórica prueba en un entorno urbano. El Model A despegó de manera vertical y voló durante varios segundos.

La empresa californiana realizó pruebas en diversos escenarios y condiciones. En una de ellas, el vehículo voló sobre otro automóvil para simular una situación de tráfico en emergencia, mientras que en otra, realizó su vuelo sobre una carretera urbana cerrada.

"Esta prueba de conducción y vuelo representa una importante prueba de la tecnología en un entorno urbano real. Esperamos que sea un momento similar al del vídeo Kitty Hawk de los hermanos Wright, que demuestre a la humanidad que es posible crear nuevos medios de transporte", declaró Jim Dukhovny, CEO de Alef Aeronautics.

Aunque no existe una fecha exacta para la venta del vehículo al público general, Alef Aeronautics reveló que ha recibido hasta 3,330 pedidos anticipados a través de su sitio web, cifra que probablemente aumentó tras la difusión de los videos de las pruebas.

De igual manera, la empresa estableció un precio estimado de $299,999 para su innovador modelo. El costo de la pre-orden para fila general es de $150, mientras que para la pre-orden en lista de prioridad es de $1500.

Cabe señalar que este modelo terrestre-volador fue exhibido en el Detroit Auto Show 2023, dos años antes de la histórica prueba de vuelo realizada en un entorno urbano.

CARACTERÍSTICAS DE ALEF MODEL A, QUE BUSCA SER EL PRIMER CARRO VOLADOR COMERCIALIZADO

El Model A, que cuenta con un sistema 100 por ciento eléctrico según Alef Aeronautics, está diseñado para ser un vehículo terrestre y aéreo, con un rango de 198 millas en tierra y 99 millas en el aire, con la batería totalmente cargada. Sin embargo, el prototipo no se caracteriza por ser de alta velocidad, ya que por tierra apenas alcanza las 25 millas por hora.

"Diseñado para circular por la calle, despegar verticalmente cuando sea necesario y volar por encima del tráfico, estamos construyendo la solución a los problemas de la congestión moderna. Permitimos desplazamientos más rápidos y fáciles, impulsados por una tecnología patentada que eleva el vehículo sin necesidad de pistas", dice en el sitio web de la empresa desarrolladora, con sede en San Mateo, California.

Microsoft confirma el cierre de Skype para mayo de este 2025, la primera gran aplicación de videollamadas



Skype, una de las aplicaciones pioneras en la comunicación por videollamadas, dejará de existir en mayo de este 2025, pues Microsoft busca enfocar sus esfuerzos en la plataforma Teams

Durante varios años, Skype fue una de las aplicaciones más utilizadas en todo el mundo para realizar videollamadas. Sin embargo, la historia de este software llegará a su fin, ya que cerrará definitivamente en mayo de este 2025.

Skype, reconocida como la primera gran aplicación de videollamadas, dejará de existir en solo dos meses, ya que así lo confirmó Microsoft, compañía que adquirió el servicio en 2011, por miles de millones de dólares.

"Skype se retirará en mayo de 2025. En los próximos días puedes iniciar sesión en Microsoft Teams con tus credenciales de Skype y tus chats y contactos estarán listos para ti. Disfruta de las características que te gustan de Skype, incluidas las llamadas y los mensajes gratuitos, así como las nuevas características, como reuniones y comunidades, todo en Teams", se lee en el sitio web de la aplicación.

Con el cierre de Skype, la compañía de Bill Gates buscará enfocar sus esfuerzos en Microsoft Teams, una plataforma que ha ganado popularidad tanto en el ámbito empresarial como personal, y que prácticamente ha ido "desplazando" gradualmente a la aplicación azul.

"Con Teams, los usuarios tienen acceso a muchas de las mismas funciones principales que usan en Skype, como llamadas individuales y grupales, mensajería y uso compartido de archivos. Además, Teams ofrece funciones mejoradas como organizar reuniones, administrar calendarios y crear y unirse a comunidades de forma gratuita", escribió Jeff Teper, presidente de Aplicaciones y Plataformas de Colaboración en Microsoft.

UN POCO DE LA HISTORIA DE SKYPE, LA APLICACIÓN QUE ESTÁ POR EXTINGUIRSE

Debido a que Skype fue una de las aplicaciones pioneras en la era digital, muchas personas, especialmente las generaciones mayores y adultos jóvenes, la usaron al menos una vez en la vida, por lo que marcó un antes y un después en la comunicación por videollamadas.

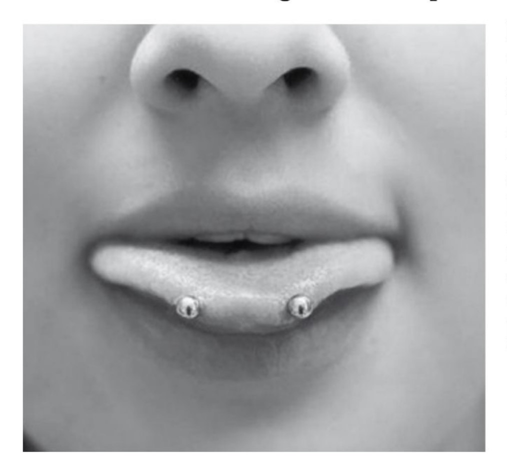
Skype fue fundada en el 2003 por el sueco Niklas Zennström y el danés Janus Friis, mientras que la aplicación fue desarrollada técnicamente por un grupo de programadores estonios.

Desde su creación en 2003, Skype revolucionó la comunicación global, permitiendo que personas de todo el mundo pudieran realizar llamadas de voz y videollamadas de manera gratuita a través de Internet. Con el paso de los años, la plataforma fue mejorando sus características, agregando opciones de mensajería instantánea y llamadas a teléfonos fijos, lo que la convirtió en una herramienta esencial tanto para usuarios individuales como para empresas.

Su éxito fue tal que en 2011, Microsoft adquirió Skype por 8.5 mil millones de dólares, lo que consolidó aún más su presencia en el mercado de la comunicación digital. Sin embargo, el fin de la aplicación ya es un hecho.

¿SON LOS ARETES EN LA LENGUA REALMENTE "COOL"?

"Una herida en la lengua es un campo abierto a infecciones".



Esta semana me gustaría comentarles acerca de los aretes en la lengua. Varios pacientes me han preguntado mi opinión acerca de ellos antes de ponérselos. La mayoría vienen después de habérselos puesto con problemas y requiriendo tratamiento de emergencia.

Muchos adolescentes quieren encontrar algo que realmente los diferencie de sus amigos. Algunos se cambian el color del pelo, otros tienen estilos particulares en su vestimenta. Ultimamente se ha observado una tendencia al uso de aretes en partes no tradicionales en el cuerpo como las cejas, los labios la nariz y la lengua.

La semana pasada me llegó un paciente que se había puesto un arete en la lengua unos días antes. Le dolían los dientes y la mitad de su lengua estaba realmente inflamada. Se sentó en la silla con una mano en la mandíbula. En la otra traía una especie de barra de metal con una bolita en un lado que había usado en el medio de la lengua hasta unos días antes que su lengua se había infectado. Me comentó que había seguido todas las recomendaciones que le habían dado en la tienda donde se lo colocaron en el medio de la lengua. Había usado un enjuague bucal antiséptico en un intento por evitar cualquier infección.

Lo que no le dijeron es que a diferencia de las orejas, los labios y particularmente la lengua están en constante movimiento lo que hace mas lento y complicado el proceso de cicatrización. Igualmente, la boca contiene millones de bacterias. Una herida en la lengua es un campo abierto a infecciones y mi paciente había desarrollado una infección bastante complicada que requirió además de su visita a mi consulta, una visita al hospital.

LOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES DESPUÉS DE PONERSE UN ARETE EN LA LENGUA INCLUYEN:

inflamación severa, infección, dolor y un mayor flujo se saliva. Si un vaso sanguíneo es perforado también puede haber dificultad para controlar el sangramiento y se puede dañar un nervio. Otras consecuencias incluyen fracturas de dientes, dificultad para tragar y sobre todo dificultad para hablar.

Así que si su usted o su hijo adolescente está pensando ponerse un arete en la lengua, piénselo dos veces. Un arete en la lengua si lo va a diferenciar de sus amigos. No es "cool" no poder hablar normalmente ni que se le acumule comida en el

arete. Tampoco que se le fracture un diente o que desarrolle una infección.

Cómo mantener la higiene dental a lo largo de los años

A medida que envejecemos, podría estarse preguntando si su rutina dental necesita algún ajuste, o si ciertos cambios en la vida también han causado cambios en la boca. La buena higiene dental y los hábitos de cuidado bucal son importantes a cualquier edad. Si usted tiene todos sus dientes originales, algunos de ellos o un conjunto completo de dentaduras, diligentemente cuidar de su boca es tan importante cuando usted se torna más viejo como lo era cuando usted era un niño.



EL FLUORURO TODAVÍA ES IMPORTANTE

El fluoruro no es sólo para los niños. Incluso si usted está sobre 50, sigue siendo importante proteger la superficie de los dientes y evitar caries. Los individuos de edad avanzada tienen un mayor riesgo de sufrir de caries, lo que es doblemente importante para usted para asegurarse de que el fluoruro sea una parte de su rutina diaria.

Cuando se cepille – dos veces al día, use una crema dental con fluoruro, Beber agua fluorizada del grifo puede también ayudarle a fortalecerse contra la caries dental a medida que envejecemos. Si está particularmente preocupado por las caries o han tenido unas cuantas a medida que ha envejecido, su dentista puede incluso darle un tratamiento con flúor para proporcionar un nivel adicional de protección.

TENGA CUIDADO CON LA BOCA SECA

Aunque envejecer no necesariamente hace que la boca seca sea más probable, algunas características del envejecimiento, tales como los medicamentos habituales o una afección crónica, puede aumentar el riesgo de resequedad en la boca – junto con cavidades o caries. Según el Instituto Nacional de odontología e investigación Cráneo-facial, la boca seca también a menudo puede afectar el ajuste de sus prótesis, causando la excoriación entre la dentadura y las encías.

Si usted sufre de boca seca, hay una serie de mejoras que puede hacer en su higiene dental para reducir los síntomas. Puede usar un colutorio o spray hidratante, o mastique chicle sin azúcar, que estimula la producción de saliva. Otra opción es utilizar un producto de saliva artificial, a menudo disponible en la farmacia sin receta médica. Según la Asociación Dental Americana, la saliva artificial contiene ingredientes que permiten imitar la saliva real.

También puede consultar a su médico o dentista acerca de si la boca seca es causada por la medicación. Un ajuste de la dosis o probar un nuevo medicamento puede ayudar a aliviar ciertos síntomas.

CUIDANDO SU DENTADURA POSTIZA

Según el Colegio Americano de Prostodoncistas, a más de 178 millones de personas en Estados Unidos le falta por lo menos un diente, y la pérdida de ese diente es más probable que ocurra en las personas mayores. Si está entre ese grupo, sigue siendo importante cuidar de las dentaduras postizas así como usted cuidaría de los dientes naturales. Utilice pasta de dientes que se hace especialmente para las dentaduras postizas, y asegúrese de limpiarlos a diario. Usted también querrá cepillar las encías y la lengua con un cepillo suave para eliminar cualquier bacteria y partículas de alimentos de su boca. Si tiene la dentadura parcial, asegúrese de utilizar el hilo dental entre los implantes antes de colocar las prótesis en su sitio. Su dentista puede darle instrucciones específicas para cuidado de la dentadura postiza, para que le duren tanto como sea posible.

NO SE OLVIDE DE LA ENFERMEDAD DE LAS ENCÍAS

Si tiene o no todos sus dientes naturales, la enfermedad periodontal sigue siendo de una gran preocupación entre las personas mayores. Un estudio publicado en el Journal of Dental Research encontró que en 2009 y 2010, casi el 64 por ciento de adultos mayores de 65 años de edad tenían periodontitis severa o moderada. Aunque es muy común, la enfermedad de las encías no tiene que ser un costo por envejecer. Mantener buena higiene dental y ver a su dentista regularmente le ayudará a prevenirla o tratarla rápidamente.

Una sonrisa saludable se ve muy bien a cualquier edad. Mantenerse al día con buenos hábitos de higiene, visitando a su dentista regularmente y hacer cambios a su rutina, así como su cuerpo cambia, le ayudan a mantener una sonrisa de gran calidad para toda la vida.

Celebrating Success: Recognizing Excellence in Expanding Manufacturing Apprenticeships

DETROIT, Mich. Oakland Community College (OCC) and the Workforce Intelligence Network for Southeast Michigan (WIN) have been honored with two prestigious awards from the U.S. Department of Labor (DOL) for their success in expanding advanced manufacturing apprenticeships throughout Southeast Michigan using the DOL's Closing the Skills Gap (CSG) grant.



The two awards- the Sustainability and Expansion Award and the Adaptive Leadership Award - are a testament to the outstanding success of OCC and the WIN Board of Directors in working to grow apprenticeships in advanced manufacturing for small to medium-sized businesses since 2020.

OCC and partners involved in the CSG grant program receiving the Sustainability and Expansion Award reflects the visionary leadership and efforts to ensure the long-term impact of this program for the communities being served. The Adaptive Leadership Award highlights the innovative strategies and unwavering dedication from the team in navigating complexities and driving success.

"It's hard to believe that five years have passed since OCC and WIN embarked on this transformative journey. Over this time, the team and partners have showcased unparalleled dedication and collaboration, which has led to incredible outcomes," said Joseph L. Petrosky, Vice Chancellor for Economic & Workforce Development at Oakland Community College. "Working together, we surpassed key performance goals but also set a benchmark for what's possible in workforce development."

Key Highlights from the results of the Closing the Skills Gap grant include:

Apprentices Enrolled in Training: 200% of the target goal, with 1,442 participants enrolled compared to the initial target of 720.

Total Participants: 129% of the target goal, with 4,155 participants engaged compared to the target of 3,200.

"These awards are a recognition of hard work, but also a reflection of the resilience and forward-thinking approach from OCC, WIN, and the stakeholder partners, even in challenging times. Everyone's commitment to building a sustainable future for advanced manufacturing apprenticeships has made a profound impact on workforce development in the region," said Michele Economou Ureste, WIN Executive Director. "A heartfelt thank you to everyone who has been part of this journey. Your hard work, dedication, and passion have been the driving forces behind our success! We also extend our gratitude to all our partner organizations for their collaboration and support."

Along with over 600 employers and stakeholder partners, the WIN Board of Directors involved in the Closing the Skills Gap grant include; Henry Ford College, Macomb Community College, Monroe County Community College, Mott Community College, Oakland Community College, Schoolcraft College, Washtenaw Community College, Wayne County Community College District, DESC/Detroit at Work, GST Michigan Works!, Macomb/St. Clair Michigan Works!, Michigan Works! Southeast, Oakland County Michigan Works! and SEMCA Michigan Works!

As the CSG program comes to a close on February 28, 2025, the WIN Board remains focused on building upon the lessons learned and relationships forged during this initiative.

"We are excited to continue creating opportunities that empower individuals and strengthen our regional workforce," said Petrosky. "Congratulations to our incredible team and partners. Together, we are creating lasting change and paving the way for a brighter future for Michigan career seekers."

Additionally, the Department of Labor will be sharing a follow-up resource factsheet in January 2025, featuring key materials and tools from the program. For additional registered apprenticeship tools and resources visitmiapprenticeship.org.

El horario de verano inicia este fin de semana: El sol se ocultará después de las 7:30 p.m. en Michigan

Las puestas de sol serán después de las 7:30 p.m. en Michigan a partir de este domingo 9 de marzo, con la llegada del horario de verano que traerá días más largos.

■ **Alan Vanegas**

La temporada de días cortos y noches largas terminará este fin de semana en Michigan y en casi todo el país con la llegada del horario de verano, que en este 2025 comenzará el 9 de marzo, el segundo domingo del mes.

Los habitantes de Michigan y de prácticamente todo Estados Unidos deberán adelantar sus relojes una hora a las 2:00 a.m. de este domingo 9 de marzo, mientras que en la mayoría de dispositivos electrónicos, como celulares, tablets y computadores, el cambio de horario se reflejará de manera automática.


Yahel Morales

Esto significa que, a partir de este domingo, el sol se ocultará después de las 7:30 p.m. en todo Michigan, mientras que los amaneceres ocurrirán poco antes de las 8:00 a.m.

Con el cambio de horario, que se mantendrá hasta el domingo 2 de noviembre, Michigan experimentará días cada vez más largos a medida que se acerca la estación de verano, con puestas de sol que se extenderán hasta las 9:00 p.m. durante junio, como sucede cada año.

Sin embargo, el cambio de horario podría afectar el sueño de algunas personas, especialmente durante los primeros días, mientras el cuerpo se adapta a la nueva rutina. La alteración en el horario de sueño puede causar fatiga, irritabilidad y dificultad para concentrarse.

Comienza el cierre por dos años de la I-696, una de las autopistas de Metro Detroit

Los carriles hacia el este de la autopista I-696, que conecta varias ciudades del condado de Oakland en Metro Detroit, estarán cerrados por dos años.


Cinthia Teran

■ **Alan Vanegas**

La I-696 (Walter P. Reuther Freeway), una de las autopistas que forman parte de Metro Detroit, comenzó su cierre de dos años el pasado lunes 3 de marzo debido a una extensa reconstrucción que afectará gran parte de la vía.

Los carriles hacia el este de la I-696 permanecerán cerrados entre la M-10 y la I-75, lo que equivale a una distancia de unas ocho a nueve millas, desde Southfield hasta el punto de unión de las ciudades de Royal Oak, Hazel Park y Madison Heights.

El proyecto "Restore the Reuther", con un costo de $275 millones, estaba programado para comenzar el sábado 1 de marzo a las 7:00 a.m., pero se cambió al lunes 3. El cierre de la I-696 provocó de inmediato un congestionamiento de tráfico en las áreas circundantes, afectando principalmente a las rutas alternas.

"Los trabajos incluyen la reconstrucción de la carretera, trabajos en puentes y estructuras de drenaje. Como parte del proyecto, se repararán 60 puentes, incluyendo la reconstrucción del puente de Church Street Plaza, que contiene Victoria Park. Durante esa reconstrucción, se implementará un desvío peatonal. En 2026, se reconstruirá la I-696 en dirección oeste desde la I-75 hasta Lahser Road", explicó el Departamento de Transporte de Michigan en un comunicado.

Aunque la I-696 comienza y termina dentro de Metro Detroit, la autopista conecta a varias ciudades del condado de Oakland, por lo que es utilizada a diario por cientos de miles de residentes.

Prepárese para el clima más frío

(Family Features) Aunque el clima frío no es directamente el culpable de que nos enfermemos, crea un ambiente que facilita la proliferación de gérmenes y enfermedades. De hecho, comprender cómo las temperaturas más frías afectan las probabilidades de enfermarse puede ser la mejor estrategia para el cuidado preventivo.

A pesar del viejo dicho de que "te vas a morir de frío", el frío en sí no causa enfermedades. Más precisamente, el frío es más hospitalario para los virus, lo que facilita su propagación. Si bien no puede controlar a la Madre Naturaleza, puede tomar medidas para proteger su salud cuando bajen las temperaturas.

PROTEJA SU SISTEMA INMUNOLÓGICO

Un sistema inmunológico debilitado hace que sea más difícil para su cuerpo defenderse de los gérmenes intrusivos. Si está sano, proteger su sistema inmunológico puede ser tan simple como adoptar hábitos saludables típicos, como comer muchos productos ricos en nutrientes, dormir lo suficiente y hacer ejercicio. Controlar el estrés y limitar el consumo de alcohol también son útiles para controlar la respuesta inmunológica de su cuerpo.

Si su sistema inmunológico está comprometido por una afección subyacente, hable con su médico sobre lo que puede hacer para agregar una capa adicional de protección durante los meses más fríos, incluidas las vacunas que pueden ayudar a reforzar la inmunidad.

COMBATA LA CONGESTIÓN

Las condiciones frías y secas pueden causar estragos en sus fosas nasales, secándolas y reduciendo la capa protectora de moco que ayuda a combatir las infecciones. La presión y la congestión sinusal suelen ser algunas de las primeras señales de advertencia de que está contrayendo algo.

Para tratar los síntomas de congestión, puede utilizar una opción no medicinal como el aerosol nasal de solución salina Mucinex Sinus. Este es el primer producto salino con una boquilla que le permite cambiar entre dos presiones de rociado. La "niebla suave" ayuda a despejar la congestión diaria y alivia la nariz, mientras que el "chorro potente" ayuda a despejar la congestión nasal difícil que suele asociarse con los resfriados. Un beneficio adicional es que el producto se puede utilizar para niños de 2 años o más en la configuración de niebla suave y para niños de 6 años o más en el modo de chorro potente.


Family Features

PASAR TIEMPO AL AIRE LIBRE

Es natural que las personas pasen más tiempo en espacios interiores cuando bajan las temperaturas, pero salir al aire libre tiene algunos beneficios. La luz del sol es una fuente natural de vitamina D, que desempeña un papel fundamental en la inmunidad. La luz del sol también estimula el cuerpo a producir serotonina, que mejora el estado de ánimo, y varios estudios muestran una fuerte correlación entre la salud mental y física.

El aire fresco y el ejercicio también son buenos para la salud general, y la exposición a la luz del día puede ayudar a mantener regulados los ritmos circadianos, lo que a su vez promueve un mejor sueño. Además, la exposición aguda al frío puede hacer que el cuerpo produzca células que combaten las infecciones, por lo que es menos propenso a enfermarse.

PRACTICAR UNA BUENA HIGIENE

El acto cotidiano de lavarse las manos puede desempeñar un papel importante en la prevención de enfermedades, especialmente después de pasar tiempo en lugares públicos. Cuando estás fuera de casa, es probable que entres en contacto con muchas superficies que otras personas pueden haber tocado, incluidas las manijas de las puertas, los carritos de la compra, las pantallas táctiles y los menús. Adquiera el hábito de limpiar las superficies que toca con frecuencia, como el teclado y el teléfono, con toallitas desinfectantes.

MANTENTE HIDRATADO

Mantener el cuerpo bien hidratado durante el día puede ayudar a garantizar que todos los sistemas del organismo funcionen como deberían. Si estás deshidratado, tu cuerpo no puede utilizar los nutrientes que consumes de forma adecuada, lo que afecta a tu inmunidad. Además, beber abundante agua ayuda a eliminar las toxinas del cuerpo antes de que puedan causar una infección.

Anuncia Selección Mexicana dos juegos amistosos contra selecciones europeas

La Selección Mexicana encarará dos partidos amistosos durante la primera mitad de junio ante combinados europeos poco habituales, de cara a la Copa Oro 2025.


@mimeleccionmx

■ Alan Vanegas

La Selección Mexicana confirmó el pasado martes 4 de marzo dos partidos amistosos contra selecciones europeas poco habituales a celebrarse en los Estados Unidos, de cara a la Copa Oro 2025 que se jugará este verano.

La Federación Mexicana de Futbol anunció un duelo de preparación contra Suiza para el sábado 7 de junio, el cual se jugará en el Rice-Eccles Stadium, con capacidad para más de 50 mil espectadores, en Salt Lake City, Utah.

Tres días después, la Selección Mexicana de Javier 'Vasco' Aguirre enfrentará al combinado nacional de Turquía en el que será un histórico encuentro, a disputarse en el Kenan Stadium, de Chapel Hill, Carolina del Norte, el martes 10 de junio.

Tanto Suiza como Turquía participaron en la pasada Eurocopa 2024 y tuvieron una buena actuación. Ambas selecciones quedaron eliminadas en la ronda de los cuartos de final, al perder ante Inglaterra y Países Bajos en duelos reñidos.

HISTORIAL DE LA SELECCIÓN MEXICANA ANTE SUIZA Y TURQUÍA

La Selección Mexicana solo ha enfrentado a Suiza cinco veces a lo largo de la historia, por lo que este será el sexto partido entre ambos países. El 'Tri' tiene un saldo de una victoria, un empate y tres derrotas ante el equipo europeo.

El más reciente juego entre ambas selecciones nacionales fue un amistoso y se disputó en 1994, hace más de 30 años, en el que Suiza goleó 5-1 a México.

Por su parte, el partido de México vs Turquía será histórico, pues será la primera vez que ambos países se enfrenten, pues nunca han coincidido en torneos internacionales ni habían programado amistosos.

Antes de estos juegos de preparación y de la Copa Oro 2025, la Selección Mexicana se medirá ante Canadá el próximo jueves 20 de marzo en semifinales de Concacaf Nations League (Final Four), en busca del pase a la final.

Hasta ahora, la Selección Mexicana presume un récord ganador de cinco triunfos, un empate y dos derrotas bajo el mando de Javier aguirre, quien tomó las riendas del 'Tri' luego de la salida de Jaime Lozano.

Chivas, Pumas y Tigres estrenarán nuevos entrenadores en la jornada 11 del Clausura 2025

Tres equipos de la Liga MX estrenarán nuevos y jóvenes entrenadores en la jornada 11 del Clausura 2025 de Liga MX, para encarar la recta final del torneo.



Capturas de pantalla

■ Alan Vanegas

Chivas, Pumas y Tigres, tres de los clubes más populares del futbol mexicano, estrenarán nuevos entrenadores este fin de semana, en la que será la jornada 11 del Clausura 2025.

La semana pasada, justo al inicio de la segunda mitad del torneo, Pumas despidió al argentino Gustavo Lema, convirtiéndose en el primer técnico cesado del certamen. Poco después, Chivas y Tigres siguieron el mismo camino al destituir al español Óscar García Junyent y al serbio Veljko Paunovic, respectivamente.

A los pocos días, los tres equipos de ciudades metropolitanas anunciaron la incorporación de sus nuevos y jóvenes entrenadores, quienes harán su debut en la Liga MX este fin de semana, durante la fecha 11 del torneo.

CHIVAS ANUNCIA A GERARDO ESPINOZA COMO SU NUEVO ENTRENADOR

Tras perder la paciencia con el español Óscar García Junyent, Chivas del Guadalajara anunció a Gerardo Espinoza como su nuevo entrenador. A sus 43 años, el mexicano tomará las riendas de un 'Rebaño Sagrado' que se posiciona en el décimo lugar de la tabla.

"Necesitamos de todos para salir adelante. Me parece que Chivas es un equipo que tiene que dar mucho más, más espectáculo, más alegría, que la gente se emocione de ir a verlo. Me parece que es a donde tenemos que apuntar", declaró el nuevo entrenador rojiblanco, en un video compartido por el club.

EFRAÍN JUÁREZ LLEGA A LA LIGA MX PARA DIRIGIR A PUMAS

Tras una breve pero exitosa etapa de cinco meses en el fútbol colombiano, donde conquistó dos títulos con Atlético Nacional en su debut como entrenador, el mexicano Efraín Juárez asumirá su primer reto como técnico en la Liga MX a sus 37 años, al ser contratado por Pumas.

"Cuando pasas tanto tiempo en una institución como es Pumas, y que sabes que entiendes lo que es esto, y luego tienes la oportunidad de ir, salir, experimentar, y regresar a un lugar en el que te sientes como casa, no tiene precio. Yo me fui de esta institución en 2010 y hoy que regreso es el mismo sentimiento que tenía", platicó Efraín Juárez en su presentación.

SE RETIRA GUIDO PIZARRO COMO FUTBOLISTA PARA SER NUEVO ENTRENADOR DE TIGRES

El pasado fin de semana, la directiva de Tigres dio un par de noticias que sorprendieron a la afición. La primera, la destitución de Veljko Paunovic a pesar de buenos resultados; y la segunda, el retiro de Guido Pizarro para convertirse en nuevo entrenador del equipo.

A sus 35 años, el argentino Guido Pizarro "colgó los botines" y tomó el silbato para tener su primera experiencia como director técnico, en el club en el que pasó la mayor parte de su carrera como futbolista.

Fin de semana de Clásico Nacional: Chivas y América se enfrentan en la jornada 11 de Liga MX

Chivas y América se verán las caras en la jornada 11 del Clausura 2025 de Liga MX, en una edición más del Clásico Nacional.

■ **Alan Vanegas**

Este fin de semana se jugará la jornada 11 del Clausura 2025 de Liga MX, la cual tendrá como su "plato fuerte" el Clásico Nacional entre Chivas y América, además del duelo de Cruz Azul vs Monterrey.

Será la noche de este sábado 8 de marzo cuando los máximos campeones del futbol mexicano se enfrenten en una edición más del Clásico Nacional, en un partido en el que las Chivas del Guadalajara recibirán a las Águilas del América en el Estadio Akron.

Este enfrentamiento entre los tapatíos y los capitalinos llegará apenas tres días después de que se vieron las caras en la Concachampions 2025, en el duelo de ida de los octavos de final.

Otro de los juegos más esperados de la fecha 11 del torneo será el de Cruz Azul recibiendo a los Rayados de Monterrey de Sergio Ramos, programado para celebrarse también la noche del sábado, dos horas antes del Clásico Nacional.



Cortesía @LigaBBVAMX

VIERNES 7 DE MARZO

- FC Juárez vs Atlético San Luis: 8:00 p.m.
- Querétaro FC vs Tigres UANL: 8:00 p.m.
- Pumas UNAM vs Puebla: 10:00 p.m.

SÁBADO 8

- Necaxa vs Toluca: 6:00 p.m.
- Mazatlán vs Pachuca: 8:00 p.m.
- Monterrey vs Cruz Azul: 8:05 p.m.
- América vs Chivas: 10:05 p.m.

DOMINGO 9

- León vs Santos Laguna: 7:00 p.m.
- Atlas vs Xolos de Tijuana: 11:00 p.m.

*Todos los horarios corresponden al tiempo del Este de los Estados Unidos.

Tres clubes estrenarán jóvenes directores técnicos en la jornada 11 del torneo, tras la salida de sus entrenadores la semana pasada, a mitad del certamen. Gerardo Espinoza tomará las riendas de Chivas, Guido Pizarro debutará con Tigres y Efraín Juárez asumirá el mando de Pumas.

La fecha 11 del Clausura 2025 será la penúltima antes de la pausa por la fecha FIFA de marzo, lo que la convierte en una oportunidad clave para los equipos que buscan mejorar su posición en la tabla antes del receso internacional.

Club León llegará como líder invicto de la tabla general a la jornada 11, con 26 puntos, seguido por el tricampeón Club América, que acumula 23 unidades hasta ahora.

James Harden castiga a Detroit Pistons con histórica actuación de 50 puntos en NBA

Frente a los encendidos Detroit Pistons, James Harden logró su juego número 24 de 50 puntos o más en NBA, que además fue su primero con esa cifra desde 2019.

■ **Alan Vanegas**

James Harden logró ante los Detroit Pistons su mejor actuación a la ofensiva de los últimos años, en la que el estelar basquetbolista de 35 años se lució con 50 puntos el pasado miércoles 5 de marzo, en la temporada 2024-25 de NBA.

En un peleado duelo en el que Los Ángeles Clippers vencieron 123-115 a los Detroit Pistons en casa, James Harden registró su primer juego de 50 puntos como basquetbolista del equipo californiano, que además fue el 24.° de su carrera y el primero en seis años.

Desde el inicio del partido, James Harden se mostró inspirado en la cancha del Intuit Dome, ya que en apenas el primer cuarto anotó 23 puntos, más de la mitad de su total al final del juego.

Harden también colaboró con cuatro rebotes y cinco asistencias a lo largo del encuentro, para vencer a unos Detroit Pistons que se encuentran como uno de los equipos más encendidos de la NBA.

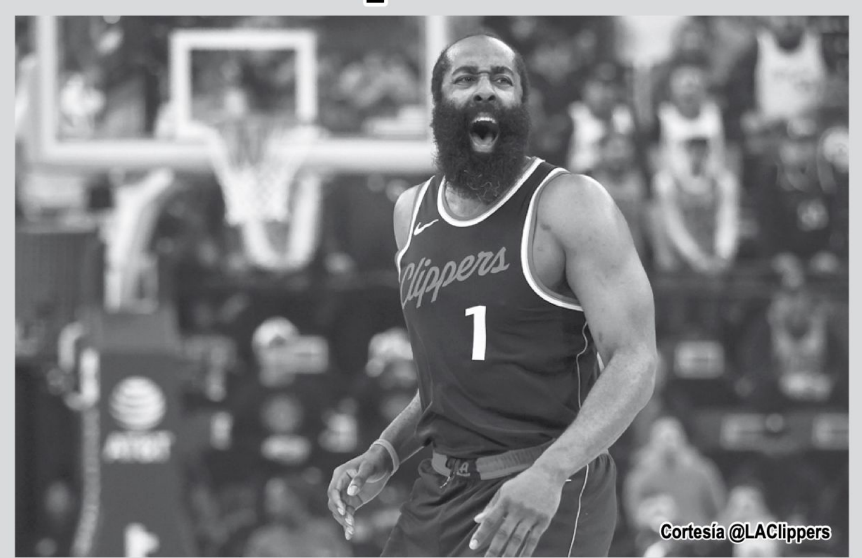
Por el lado de los visitantes, Cade Cunningham volvió a presumir otra brillante actuación, luego de que terminó con 37 puntos, siete rebotes y 10 asistencias, pero no fue suficiente para superar a los Clippers de Harden.

Histórica actuación de James Harden ante Detroit Pistons

Aunque este fue el juego número 24 de James Harden con al menos 50 puntos, marcó la primera vez que alcanzó esa cifra con un equipo distinto a los Houston Rockets. La última ocasión que logró esa cantidad de unidades fue en el 2019.

Desde su salida de los Houston Rockets, Harden jugó para los Brooklyn Nets y los Philadelphia 76ers, pero durante seis años no consiguió un solo partido de 50 puntos. Finalmente, lo logró con Los Ángeles Clippers frente a los Detroit Pistons.

Con la actuación ante el equipo de Michigan, James Harden se encuentra a un solo juego de 50 puntos para llegar a los 25 de su carrera y empatar a Kobe Bryant en el tercer lugar de todos los tiempos, en una lista liderada por Wil Chamberlain (118) y Michael Jordan (31).



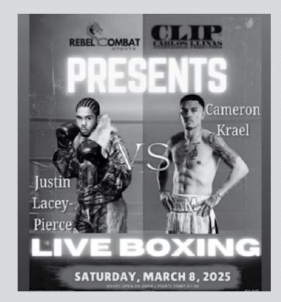
Cortesía @LAClippers

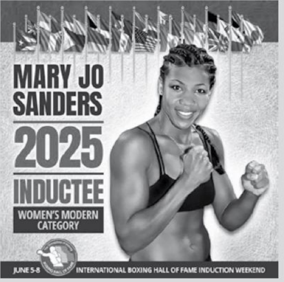
TODO Deporte POR FRANK GARZA

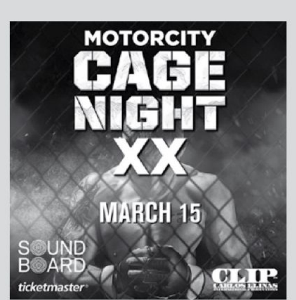
Dear Readers, have any boxing or sports related questions? Send them to frank@latinodetroit.com and we will try to answer them in future issues. Thank you.

The Grand Prix of Boxing

In the coming months boxing fans will be hearing more about this competition. Unlike the Super-Six tournament which was a competition among world champions, the Grand Prix will be a tournament to develop and find tomorrow's champion. Not a far-fetched concept, I could go as far as saying the the idea originated here with ESCOT, aka Emanuel Steward"s Champions of Tomorrow held at Cobo Arena back in the day.
Another point of interest on this tournament is that I was flown to Mexico City to referee the very first bout of Jose Sulaiman's dream. Unfortunately, while there Don Jose was hospitalized and the tournament was postponed. Jose passed away and the tournament was shelved. So happy to see the event being given a new life. Here's a small background written by now President of the WBC and son of Jose Sulaiman, Mauricio.







(Courtesy of the WBC) ROUND 12: BOXING GRAND PRIX, A DREAM OF DON JOSÉ SULAIMÁN

By Mauricio Sulaimán – President of the WBC – Son of José Sulaimán

This last Sunday was one of the most important events of the year, the highly anticipated Super Bowl. I am still waiting to see my beloved Cowboys return to Super Sunday. It has been 30 years of frustration, but I still have the hopes to be back on top.

The match up was clearly explosive with the small favorite Kansas City looking to become the first to win three Super Bowls in a row, and Philadelphia, who had a sensational season. The Philadelphia Eagles were crowned champions, putting to an end the dominance of the Kansas City Chiefs. The WBC and the Wynn Hotel in Las Vegas created a special belt that will be awarded to the winners as a special trophy during the victory celebration party in a couple of weeks.

The work to achieve my father's dream, the World Cup of professional boxing, has been titanic, and we are already in the final stage of preparation with the selection of the 32 fighters per division in the featherweight, super lightweight, middleweight, and heavyweight divisions who will compete for the glory of the José Sulaimán Trophy.

This Riyadh Season WBC Boxing Grand Prix is the first ever Professional Boxing World Cup in our sport, which represents not only an opportunity for sporting glory, but also a propelling springboard to boost and realize the dreams and ambitions of young athletes from all around the world.

The WBC and Riyadh Season have worked tirelessly to make it a reality, thanks to His Excellency Turki Alalshikh.

This is no ordinary competition, as 128 promising young boxers in four divisions (heavyweight, middleweight, super lightweight, and featherweight) will step on to a global stage at the very highest level, proudly representing their countries and competing for the chance to boldly achieve greatness.

The Riyadh Season WBC Boxing Grand Prix represents a real opportunity for young athletes, often from humble beginnings, to chart a course towards a better life destiny through talent, discipline, and dedication via the noble art of boxing.

Safety and fairness are paramount. Rigorous medical examinations, anti-doping tests, plus an innovative open scoring system as well as instant replay, 30-second warning, and tiebreaker criteria ensure a level and safe and entertaining competition.

This tournament is the realization of José Sulaimán's dream coming true. A Boxing World Cup, where young prospects encompassing all corners of the world can compete.

It is a journey from the first elimination stages to the grand finals, culminating with champions crowned in each of the divisions.

The tournament will be broadcast globally on the DAZN platform, a magnificent showcase for the future boxing superstars who will compete in this event. A blueprint for the future of our beloved sport.

The Boxing Grand Prix is a tribute to the courage and passion of boxers, who give and input everything in the ring. Their absolute all.

It is about discovering the stars of tomorrow and offering them the opportunity to achieve fame and a dazzling future. It is a journey of hope, through hard work and the relentless pursuit of dreams.

Meet Your Detroit Tigers Broadcasters For 2025

After growing from 21 games in 2023 to 45 games in 2024, the Tigers will now have a Spanish language radio broadcast for all home games for the upcoming season. This is a vital product for the club to offer as we provide high quality content to Spanish-speaking Tigers fans in Michigan and around the world.

Now that spring-training has begun and Opening Day a month away, the Tigers wanted to share a brief overview of their expected 2025 Tigers broadcast talent. Please note that they will not be sharing expected game counts for any of the broadcasters, and the below structure is subject to change as they continue their commitment to creating the best possible on-air product for our fans.

Television: Play-by-play: Jason Benetti, Dan Dickerson, Primary analysts: Andy Dirks, Dan Petry

Contributing analysts (appearing less frequently): Kirk Gibson, Todd Jones, Carlos Pena, Sideline reporters: Daniella Bruce and another reporter to be hired in the near future.

English Radio: Play-by-play: Dan Dickerson, Greg Gania, Primary Analysts: Bobby Scales, Dan Petry,

Contributing analyst (appearing less frequently): Andy Dirks.

Spanish Radio: Play-by-play: Carlos Guillén, Analyst: Barbaro Garbey.

2025 Detroit Lions Opponents Determined

The NFL has determined each team's 2025 regular-season opponents. Under the NFL scheduling formula, every team plays 17 games as follows: Home and away against its three division opponents (six games). The four teams from another division within its conference on a rotating, three-year cycle (four games). The four teams from a division in the other conference on a rotating, four-year cycle (four games).

Two intraconference opponents based on the prior year's standings (two games). These games match a first-place team against the first-place teams in the two same-conference divisions the team is not scheduled to play that season. The second-place, third-place and fourth-place teams in a conference are matched in the same way each year.

One interconference opponent based on the prior year's standings on a rotating four-year cycle (one game). These games match a first-place team from one division against a first-place team in an opposite-conference division that the team is not scheduled to play that season. The second-place, third-place and fourth-place teams in each division are matched in the same way each year. The home conference for this game will rotate.

The 2025 schedule, with playing dates and times, will be announced in the spring. For the 2025 regulat season the Detroit Lons will face the following teams. Home: Chicago, Green Bay, Minnesota, Cleveland, Dallas, N.Y. Giants, Pittsburgh, Tampa Bay.

Away: Chicago, Green Bay, Minnesota, Baltimore, Cincinnati, Philadelphia, Washington, Kansas City, L.A. Rams.

On a side note for the 2025 NFL Draft the Tennessee Titans Hold First Pick in 2025 NFL Draft first round and the Lions hold the last pick.

¡OLVIDA EL MAL HUMOR!!!

- Hola, ¿el doctor Mata?
- Si, ¿que desea?
- Cancelar una cita.

Está la maestra explicando el uso correcto de los acentos. Entonces le pide a uno de los niños:
-A ver Pedrito, dime dos nombres que lleven tilde.
Y Pedrito responde:
- Como no: Matilde y Clotilde.

Donald usa teclado y Mickey mouse.

- ¿Te enteraste que Gonzalo murió en el ring?
- No sabía que era boxeador.
- No lo era, quedó electrocutado al tocar el timbre.

¿Cómo haces para enfriar el té?... le sacas el saquito.

¿Por qué la bombita tiene panza?... Porque va dar a luz.

¿Por qué un queso esta corriendo por los bosques de Palermo?... Por salut.

¿Cómo se llama el santo de las necesidades?... San-itario.

Se encuentran dos amigos y uno le dice a otro.
- Qué alegría... tanto tiempo sin verte! Me dicen que te haz convertido en un fanático de la computacion... ¿cierto?
- Y... mouse o menos.

INSOLITO

Por un engaño virtual, una ciudad entera se movilizó por una chica que no existe

Los vecinos de Colón no salen de su asombro. Ni de su bronca. Durante una semana, toda la ciudad entrerriana estuvo en vilo por Sofía Velzi, una joven de 18 años que "desapareció" cuando viajaba de Jujuy a Colón para ver a su novio, el bombero Luciano Benítez. Es que, para sorpresa de todos, la chica a la que buscaban nunca existió.

El más angustiado fue el propio Luciano, que se presentó en la Policía y denunció la desaparición de la chica. De "su" Sofi, que llevaba un año diciéndole por celular y por chat que lo amaba, que era huérfana y tenía leucemia, que vivía en Jujuy en la casa de una tía. Nunca habían podido verse. Ni siquiera cuando él fue a Jujuy a buscarla.

Ahora, contó Benítez, la joven la había dicho que iba a viajar a encontrarse con él. Pero que al llegar a Paraná, lo llamó y le dijo que se quedado sin dinero. Entonces, Luciano le compró un pasaje para retirar en ventanilla. Y ella subió al micro y se acomodó en el asiento 9. Pero se descompuso, tuvo vómitos y los choferes le pidieron que se baje en Villa Elisa para ir al Hospital. Cosa que hizo, y su madrina la fue a buscar desde Colón. Y nadie supo nada más de ella.

EN UN DIA COMO HOY

En marzo pero del año1991



En Puerto Rico se declara el idioma español como la única lengua oficial de ese país, derogando la cooficialidad con el idioma inglés.







Los grillos tienen sangre blanca.

•Pa' que te entretengas•

I	N	E	X	P	L	I	C	A	B	L	E	G	F	R	D	B	V
N	N	S	S	M	I	I	D	A	R	U	I	S	E	Ñ	O	R	B
D	B	T	T	C	N	A	T	B	L	V	P	B	A	M	H	T	T
I	S	A	E	F	E	T	N	E	Q	D	P	D	A	T	E	I	X
O	G	R	A	L	F	N	M	I	R	M	O	A	D	N	R	L	Q
G	E	N	U	T	I	A	O	O	S	A	F	D	U	U	E	O	O
G	T	J	Y	U	B	G	D	G	Y	T	L	I	O	M	T	S	Z
E	L	U	C	H	A	R	E	I	R	O	A	R	R	E	R	N	U
T	R	R	R	X	E	A	O	N	F	A	O	A	E	R	A	J	P
N	B	Y	A	C	X	G	H	M	C	F	F	D	U	A	T	F	R
S	P	H	O	G	O	L	A	N	A	I	X	I	Q	C	O	E	C
U	I	W	G	D	E	L	P	M	I	S	A	L	A	I	G	R	D
A	M	E	I	Z	W	P	E	M	D	I	E	O	V	O	O	M	L
C	J	C	A	I	N	S	O	B	S	K	V	S	C	N	M	Z	M
T	O	W	E	Q	S	I	U	X	A	R	O	S	E	R	P	M	I
C	Z	R	P	G	N	E	F	D	I	L	E	M	A	S	N	Y	Y

ANALOGO, ATROZ, BOSNIA, CALDO, CERDO, COCIDO, DILEMA, ESCENOGRAFIA, ESCOGER, ESTAR, GARGANTA, GEMELO, IMPRESORA, INDIO, INEXPLICABLE, INFANTE, INTELIGENCIA, LIBANES, LITERAL, LUCHA, MENOR, NUMERACION, PEGAR, PIANISTA, RETRATO, RUISEÑOR, SEMAFORO, SESAMO, SIMPLE, SOLIDARIDAD, TURCO, VAQUERO

Nivel de dificultad: *FÁCIL*

3				8	6		2	
6				5	4		8	
		8	9			4		6
4		3	1		8			
			2		3	1		4
2		4			9	8		
	5		4	3				9
	6		8	1				3

Nivel de dificultad: *DIFÍCIL*

		8	3			1	5	
			7			9		8
1	9			2				
	6		2					1
			5	1	9			
7					6		8	
				5			9	4
3		4			8			
	1	9			3	8		

Revocación del TPS para Venezolanos en EE. UU.: Impacto y Desafíos Legales

En un giro inesperado de los acontecimientos, la administración de Estados Unidos ha decidido revocar la extensión del Estatus de Protección Temporal (TPS) para los venezolanos, lo que afecta a miles de migrantes que hasta ahora contaban con esta protección. Esta medida, que entrará en vigor en abril de 2025, ha generado incertidumbre y preocupación entre la comunidad venezolana, que teme perder tanto la protección contra la deportación como la autorización para trabajar en el país. La cancelación de este programa se basa en una evaluación de mejoras en Venezuela, pero también ha dado lugar a desafíos legales que buscan frenar esta decisión.



En enero de 2025, la administración del presidente Donald Trump revocó la extensión previamente otorgada por la administración de Joe Biden, que habría prolongado el TPS hasta octubre de 2026. Esta revocación, efectiva a partir del 6 de abril de 2025, afecta a aproximadamente 348,000 venezolanos que se beneficiaban de esta protección.

La cancelación del TPS se basa en la evaluación de que, aunque persisten ciertas condiciones adversas en Venezuela, ha habido mejoras notables en áreas como economía, salud pública y seguridad, permitiendo el retorno seguro de sus ciudadanos.

Esta decisión ha generado preocupación entre los afectados, ya que perderán la protección contra la deportación y la autorización para trabajar en EE.UU. En respuesta, organizaciones de derechos de los inmigrantes han presentado demandas legales desafiando la cancelación del TPS, argumentando que la medida carece de fundamento legal y que podría estar motivada por prejuicios raciales.

Mientras tanto, la designación del TPS para Venezuela en 2021 permanece vigente hasta el 10 de septiembre de 2025. Sin embargo, la reciente revocación de la extensión ha dejado en una situación incierta a muchos venezolanos que contaban con la protección hasta 2026.

Es crucial que los venezolanos afectados por estos cambios busquen asesoría legal especializada para explorar opciones y mantenerse informados sobre posibles actualizaciones en su estatus migratorio.

La revocación del TPS representa un reto significativo para los venezolanos que dependen de este estatus para su seguridad y estabilidad en EE. UU. Si bien la cancelación está programada para entrar en vigor en abril de 2025, el futuro de muchos aún se encuentra en el aire debido a los recursos legales que podrían alterar esta decisión. Mientras tanto, es fundamental que los afectados se mantengan informados y busquen asesoría legal para explorar todas las opciones disponibles ante los cambios migratorios que están por venir.

Comunidad Venezolana en Detroit: Cómo Integrarse Exitosamente

La comunidad venezolana en Detroit ha crecido en los últimos años, y con el aumento de migrantes, muchos buscan integrarse de manera exitosa en la ciudad. Aquí te dejo algunas formas en las que la comunidad venezolana puede integrarse en Detroit:



1. CONECTAR CON ORGANIZACIONES LOCALES

Hay varias organizaciones en Detroit que apoyan a los inmigrantes y que podrían ofrecer recursos valiosos para la integración. Algunas de estas organizaciones ayudan con temas de empleo, educación, y adaptación cultural. Algunos ejemplos incluyen:

- Global Detroit: Una organización que apoya a inmigrantes y refugiados en la ciudad, ayudando en áreas como el empleo, desarrollo de negocios y adaptaciones culturales.
- International Institute of Metropolitan Detroit: Esta organización tiene programas de orientación y servicios para inmigrantes y refugiados.
- Venezuelans in Michigan (Venezolanos en Michigan): Un grupo en redes sociales que conecta a los venezolanos en la región, proporcionando recursos, eventos y espacios de apoyo.

2. PARTICIPAR EN ACTIVIDADES COMUNITARIAS

Una excelente forma de integrarse es participando en eventos comunitarios, actividades culturales o deportivas. Algunos de estos eventos pueden incluir festivales internacionales, mercados y ferias, que son comunes en la ciudad. Los venezolanos pueden encontrar en estos eventos una forma de mantener vivas sus tradiciones y también compartirlas con la comunidad local.

3. APRENDER INGLÉS

Para lograr una integración más efectiva, el dominio del inglés es clave. En Detroit hay centros que ofrecen clases de inglés como segundo idioma (ESL). Algunos recursos incluyen:

- Detroit Public Library: Ofrece clases de inglés gratuitas para inmigrantes.
- Wayne County Community College District: Ofrecen cursos de inglés y programas para ayudar a los inmigrantes a integrarse en la comunidad.

4. INVOLUCRARSE EN EL MERCADO LABORAL

Encontrar empleo en Detroit es un paso importante para la integración. A medida que más personas se establecen, buscan empleos que correspondan a su formación profesional o experiencia. Las ferias de empleo locales o servicios como Michigan Works! ofrecen oportunidades para conectarse con empleadores y obtener orientación sobre el mercado laboral.

5. CONSERVAR LA CULTURA VENEZOLANA

La preservación de la cultura venezolana es crucial para la comunidad. Organizar reuniones, compartir comidas típicas, festivales o incluso clubes de baile de salsa o música venezolana son excelentes maneras de conectarse con otros venezolanos. Estos eventos no solo son una forma de mantener la cultura viva, sino también de mostrarla a la comunidad local.

6. CONOCER Y PARTICIPAR EN LA POLÍTICA LOCAL

Participar activamente en la política local puede ayudar a la comunidad venezolana a integrarse de manera más completa. Esto puede incluir el involucramiento en elecciones locales, asistir a reuniones comunitarias o incluso involucrarse en grupos que defienden los derechos de los inmigrantes.

7. DESARROLLAR RELACIONES CON LOS RESIDENTES LOCALES

Es importante no solo interactuar con otros inmigrantes, sino también con los residentes de Detroit. Esto se puede hacer participando en actividades vecinales, como eventos en parques, escuelas y centros comunitarios. La creación de redes sociales con residentes locales puede fomentar una mayor comprensión y apoyo mutuo.

En resumen, para la comunidad venezolana en Detroit, la integración exitosa involucra aprender sobre la cultura local, participar activamente en la comunidad, buscar oportunidades educativas y laborales, y mantener vivas las tradiciones propias. La clave está en encontrar un equilibrio entre ser parte activa de la sociedad estadounidense y mantener una conexión con la identidad venezolana.

PUENTE INTERNACIONAL GORDIE HOWE REUNIONES PÚBLICAS DE INFORMACIÓN

EL PROYECTO

El proyecto del Puente Internacional Gordie Howe entre Windsor, Ontario y Detroit, Michigan, ayudará a mover bienes y personas de manera más eficiente en este importante portal comercial. Gestionado por Windsor-Detroit Bridge Authority (WDBA), y en colaboración con el Estado de Michigan, el proyecto se está llevando a cabo utilizando un modelo de asociación público-privada, conforme al cual Bridging North America diseñará, construirá, financiará, operará y dará mantenimiento al puente.

PARTICIPACIÓN DEL PÚBLICO

Le invitamos a asistir a reuniones comunitarias el martes 11 de marzo de 2025. Acompáñenos para conocer a los representantes del proyecto, obtener los últimos avances sobre el diseño y la construcción, así como los avances en la implementación del Plan de Beneficios para la comunidad del proyecto.

Las reuniones son en formato de puertas abiertas, con presentaciones programadas para las 3:30 p.m. y 5:15 p.m.

REUNIONES PÚBLICAS DE INFORMACIÓN
OFICINA COMUNITARIA DE SOUTHWEST DETROIT
7744 WEST VERNOR HIGHWAY, DETROIT
11 DE MARZO DE 2025
3:00 P.M. - 6:30 P.M.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

@GordieHoweBrg
YouTube.com/GordieHoweBridge
@GordieHoweBridge
@gordiehowebrg
1-844-322-1773
WDBA-APWD
info@wdbridgecom
GordieHoweInternationalBridge.com



Llevar a tu perro al estadio:

Una actividad cada vez más popular

En los últimos años, muchos equipos deportivos se han abierto a organizar eventos y fechas especiales para que los aficionados lleven a sus mascotas a los estadios.

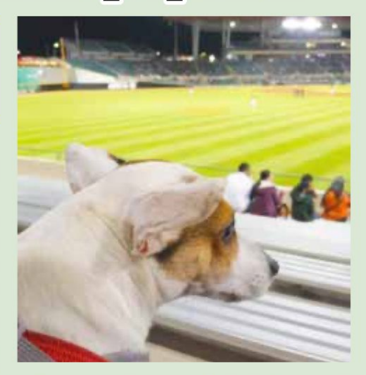
Los aficionados de los deportes ahora pueden disfrutar de su juego favorito en compañía de sus perros, ya que llevar a las mascotas a los estadios se ha vuelto una actividad cada vez más popular en los últimos años, tanto en los Estados Unidos como en otros países.

Equipos de diversos deportes y ligas han comenzado a abrir las puertas de sus estadios a las mascotas de los aficionados, organizando eventos y fechas especiales para que los perros puedan acompañar a sus dueños.

Sin embargo, esta tendencia ha ganado mayor popularidad en el beisbol, donde muchos equipos de distintas ligas han creado eventos temáticos dedicados a los perros, permitiendo que los fanáticos disfruten del juego en compañía de sus mascotas.

Para la temporada 2025 de la MLB, que comenzará el 27 de marzo, 21 de las 30 franquicias permitirán a los aficionados llevar a sus perros a los estadios en fechas específicas.

Los Detroit Tigers son uno de los equipos que ofrecerán juegos "pet friendly" durante la temporada regular 2025, a través de su programa "Bark in the Park". El 21 de abril, 13 de mayo, 2 de septiembre y 16 de septiembre, los aficionados podrán ingresar al Comerica Park acompañados de sus perros.



Para tener la oportunidad de llevar a la mascota al estadio, será necesario adquirir un paquete especial de boletos, que incluirá el acceso al inmueble, un artículo exclusivo del equipo y una donación a Michigan Humane, en el caso de los Detroit Tigers.

Otros equipos de MLB ofrecerán aún más fechas para que los aficionados puedan asistir al estadio con sus mascotas, como es el caso de los Miami Marlins, con 15 juegos "pet friendly", y los Pittsburgh Pirates, con 12.

CONSEJOS PARA LLEVAR A TU PERRO AL ESTADIO

Si decides llevar a tu amigo de cuatro patas al estadio, asegúrate de que se sienta cómodo en un ambiente con multitudes y ruidos. Algunos perros pueden sentirse incómodos, así que evalúa su temperamento antes de asistir. Además, no olvides llevar agua y algunos snacks para mantenerlo hidratado y alimentado durante el evento.

Es importante que tu perro esté al día con sus vacunas, especialmente contra la rabia, y que esté desparasitado para su seguridad y la de otros animales. Verifica con anticipación los requisitos del estadio en cuanto a salud y vacunas.

También asegúrate de llevar una correa resistente, ya que la mayoría de los estadios requieren que las mascotas estén sujetas en todo momento.

Más mascotas de refugio adoptadas en 2024, pero la lucha no ha terminado

Las cifras mostraron una disminución de animales sacrificados en el 2024, el primer cambio positivo en este indicador desde el 2020.

Por Julie Castle, Best Friends Animal Society

En un giro frente a la caída de la pandemia del Covid 19, miles de mascotas de refugio están a salvo en nuevos hogares en comparación con el año anterior, según los datos preliminares de 2024 de Best Friends.

Este es el primer cambio positivo en este indicador desde 2020. El número de animales sacrificados en los refugios había aumentado de manera constante desde que comenzó la pandemia, pero en un cambio alentador, esta cifra disminuyó en 2024.



Con una disminución del 10.1% en los gatos sacrificados en los refugios, este año se ha logrado alcanzar el nivel más bajo de sacrificios de gatos en la historia.

La combinación de adopciones aumentadas y la implementación de programas de gatos comunitarios y otros programas que salvan vidas ha beneficiado enormemente a nuestros amigos felinos.

HAY MÁS TRABAJO POR HACER

Aún queda mucho trabajo por hacer para salvar vidas, especialmente las de los perros grandes. Ahora es el momento de enfocarse en salvar vidas, incluidas las organizaciones locales de rescate, que desempeñan un papel clave en el rescate de animales en refugios.

Las organizaciones de todo tipo tienen la oportunidad de aprovechar las tendencias positivas de adopciones, con procesos abiertos y sin barreras enfocados en salvar la mayor cantidad posible de animales.

Para ayudar a cada comunidad en Estados Unidos a tomar las medidas necesarias para salvar a las mascotas en los refugios de sus localidades, Best Friends creó un panel de control de salvamento de mascotas único en su tipo.

Los amantes de los animales pueden ver cómo funcionando un refugio local (cualquier refugio en el país). El panel de salvamento de mascotas es el único recurso en el bienestar animal que proporciona información a nivel de refugio para cada refugio físico en el país, y acaba con las conjeturas en el cuidado de animales.

Al saber exactamente dónde y qué animales están en riesgo, tanto el refugio como la comunidad pueden involucrarse en soluciones para salvar vidas.

Los números de este año cuentan una historia de cambio, pero también de trabajo pendiente. Los datos del próximo año reflejarán las decisiones que se tomen hoy.


Ya hay suficientes cosas en el mundo que se hacen virales.
Vacúnese contra el COVID-19 y la gripe.
Ayude a su sistema inmune a no volverse viral. Hable con su prestador médico.
Michigan.gov/COVIDFluRSV
MDHHS
Michigan Department of Health & Human Services